

# فصلنامه رهیافتهای نوین در مطالعات اسلامی

License Number: 85625

Article Cod: SH18K450757

ISSN-P: 2676-6442

## پیش بینی سازگاری اجتماعی و عاطفی بر اساس عملکرد خانواده

### و خود کنترلی نوجوانان دختر

(تاریخ دریافت ۱۴۰۳/۰۱/۱۵ تاریخ تصویب ۱۴۰۳/۰۳/۰۹)

#### سحر دشتی نژاد

کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی، دانشگاه آزاد علوم پزشکی، استان کرمانشاه

#### چکیده

هدف پژوهش حاضر پیش بینی سازگاری اجتماعی و عاطفی بر اساس عملکرد خانواده و خود کنترلی نوجوانان دختر بود. روش این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. این پژوهش از نظر هدف تحقیق کاربردی است و از نظر روش تحقیق از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر تمام دانش آموزان دختر متوسطه دوم شهرستان بیستون در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ بودند که جمعا ۳۰۵ دانش آموز هستند. نمونه این پژوهش مشتمل بر ۱۷۰ نفر از دانش آموزان دختر متوسطه دوم شهرستان بیستون می باشد که برای انتخاب آنها از روش نمونه گیری خوشه ای و بر حسب جدول مورگان استفاده شده است. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه پژوهش نشان دادند که بین عملکرد خانواده با سازگاری اجتماعی و عاطفی نوجوانان رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد ( $r=0/58$  و  $p=0/0001$ ). بین خود کنترلی با سازگاری اجتماعی و عاطفی نوجوانان رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد ( $p=0/0001$  و  $r=0/51$ ). متغیر عملکرد خانواده با ضریب بتای ۰/۳۴ و متغیر خود کنترلی با ضریب بتای ۰/۳۱ می توانند به طور مثبت و معنی داری سازگاری اجتماعی و عاطفی نوجوانان را پیش بینی کنند.

**واژگان کلیدی:** سازگاری اجتماعی و عاطفی، عملکرد خانواده، خود کنترلی، نوجوانان دختر

## مقدمه

انسان موجودی است اجتماعی و ادامه زندگی به صورت انفرادی برای وی تقریباً غیر ممکن است. تربیت اجتماعی مطلوب، روابط انسانی با دیگران و توانایی سازگاری با محیط، مهم ترین عوامل احساس شادکامی هستند (الیوت<sup>۱</sup>، ۱۹۹۹، ترجمه شکرکن، ۱۳۹۸).

شاید بتوان گفت که رشد اجتماعی، مهم ترین جنبه ی رشد وجود هر شخص است. معیار اندازه گیری رشد اجتماعی هر کس، میزان سازگاری او با دیگران است. این دیگران شامل همه می باشد. دوستان، همکاران، افراد خانواده و بستگان گرفته تا همسایه ها و حتی کسانی که برای اولین بار انسان با آنها برخورد می کند. رشد اجتماعی نه تنها در سازگاری با اطرافیانی که هم اکنون انسان با آنها سروکار دارد موثر است، بلکه بعدها در میزان موفقیت شغلی و پیشرفت اجتماعی آنها حتی پس از فراغت از کار تاثیر دارد. مفهوم سازگاری از اوایل قرن نوزدهم در نظریه ی تحول گرایی جای مهمی پیدا می کند. از نظر لامارک هر موجود زنده خود را با محیط خارج سازگار می کند. سازگاری اجتماعی<sup>۲</sup> به عنوان مهم ترین مشخصه های سلامت روان از مباحث عمده ای است که روانشناسان و جامعه شناسان در دهه های اخیر توجه خاصی به آن مبذول داشته اند (مرادیان، ۱۳۹۹).

انسان دنیای امروز به لحاظ پیچیدگی های زندگی با چالش های بی شماری روبروست از جمله بحران جمعیت، بحران سلامتی و تغذیه و دگرگونی های فناوری و شرایط حرفه ای، اثرات فناوری نوین بر مهارت های اجتماعی و اخلاقیات و مشکلات خانوادگی و.... هر کدام از این بحران ها، مشکلاتی را بر چگونگی زندگی افراد و رفتارهای اجتماعی و فردی آنها تحمیل می کند. صرف نظر از مشکلات جاری، دگرگونی های پی درپی و تغییر در الگوهای زندگی، تغییر در انتظارات اجتماع از فرد تا تغییر در ارزش ها، باورها و فرهنگ ها به گونه ای است که می تواند بطور مستقیم یا غیر مستقیم توانایی های سازشی فرد را تحت تاثیر قرار دهد (بهرامی، ۱۳۹۹).

محیط خانوادگی اولین و با دوام ترین عاملی است که بر رشد و شخصیت افراد تأثیر می گذارد. خانواده محلی است که فرزند در آن امور مختلف را فرا می گیرد و با مشاهده والدین راه و رسم

<sup>۱</sup> Eliot

<sup>۲</sup> social adjustment

زندگی را نیز با تقلید از اعمال آنها فرا می گیرد. (دهقانی، ۱۳۹۷).

ارتباط والدین و فرزندان از جمله موارد مهمی است که سال ها نظر صاحب نظران و متخصصان تعلیم و تربیت را به خود جلب کرده است. خانواده نخستین پایگاهی است که پیوند بین فرزند و محیط اطراف او را به وجود می آورد. فرزند در خانواده پندارهای اولیه را درباره ی جهان فرا می گیرد، از لحاظ جسمی و ذهنی رشد می یابد، شیوه های سخن گفتن را می آموزد، هنجارهای اساسی رفتار را یاد می گیرد و سرانجام نگرش ها، اخلاق و روحیاتش شکل می گیرد و به عبارتی اجتماعی می شود (هیبتی، ۱۳۹۷).

والدین از عوامل مهمی هستند که به فرزندان کمک می کنند تا از عهده ی آن چه که لازمه ی مستقل شدن است بر آیند و تبدیل به بزرگسالی توانا، متکی به خود دارای تصویر مثبت از خود شوند. والدین برای بدست گرفتن ابتکار عمل و انجام وظیفه لزوماً اطلاعات خود را هر روز باید غنی تر کنند تا بتوانند بر کودکان خود مؤثر واقع شوند. پژوهشگران معتقدند رابطه های والد فرزندی بر جهت یابی های تشخیص و رشد نیازهای روان شناختی و سایر خصوصیات فردی تاثیر می گذارد و طرح واره های فرزند پروری والدین در برگیرنده ی الگوهای گسترده ای از تربیت کودک و ارزش ها و رفتارهای خاص تربیتی والدین است که در رشد و شکوفایی فرزندان و هم چنین طرز رفتار فرزندان نفوذ فراوانی دارند (کارلسون<sup>۱</sup>، اسپکا<sup>۲</sup>، پاتل<sup>۳</sup>، و گودی<sup>۴</sup>، ۲۰۱۹).

### • روش تحقیق

این پژوهش از نظر هدف تحقیق کاربردی است و از نظر روش تحقیق از نوع همبستگی است.

جامعه آماری

جامعه آماری پژوهش حاضر تمام دانش آموزان دختر متوسطه دوم شهرستان بیستون در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ بودند که جمعا ۳۰۵ دانش آموز هستند.

<sup>۱</sup>. Carlson

<sup>۲</sup>. Specia

<sup>۳</sup>. Patel

<sup>۴</sup>. Goodey

### • نمونه و روش نمونه‌گیری

نمونه این پژوهش مشتمل بر ۱۷۰ نفر از دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم شهرستان بیستون می‌باشد که برای انتخاب آنها از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای و برحسب جدول مورگان استفاده شده است. شرایط ورود آزمودنی‌ها، دانش‌آموزان رشته‌های نظری (ریاضی، علوم انسانی و تجربی) بودند. برای این کار ابتدا از بین دبیرستان‌های دخترانه که تعداد آنها ۶ دبیرستان بود ۱ دبیرستان بصورت تصادفی انتخاب و تعداد ۱۷۰ نفر در نظر گرفته شدند.

### • ابزارهای پژوهش

در این تحقیق از سه پرسشنامه استفاده می‌شود.

۱) پرسشنامه خودکنترلی تانجی (۲۰۰۲): دارای ۱۳ سوال بوده و هدف آن سنجش میزان کنترل افراد بر خودشان است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت می‌باشد. روایی و پایایی پرسشنامه خودکنترلی تانجی در پژوهش موسوی مقدم و همکاران (۱۳۹۴) محاسبه و مورد تایید قرار گرفته است.

در پژوهش تانجی و همکاران (۲۰۰۴) روایی این مقیاس با ارزیابی همبستگی آن با مقیاس‌های پیشرفت تحصیلی، سازگاری، روابط مثبت، و مهارت‌های بین فردی مورد تایید قرار گرفته است. همچنین پایایی آن بر روی دو نمونه آماری با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ ۰/۸۳ و ۰/۸۵ بدست آمده است.

۲) ابزار سنجش خانواده: این مقیاس توسط اپستاین، بالدوین و بیشاپ<sup>۱</sup> در سال ۱۹۸۳ تدوین شده است. این مقیاس ۵۳ آیتم دارد که بر مبنای مدل مک‌مستر<sup>۲</sup> تدوین شده و دارای ۷ مقیاس است و ۶ بعد خانوادگی شامل حل مسئله، ارتباطات، نقشها، واکنش عاطفی، درگیری (آمیختگی) عاطفی، کنترل رفتار و ۱ بعد عملکرد کلی را می‌سنجد. مقیاس این پرسشنامه از نوع لیکرت بوده و در طیف ۴ تا ۱ از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم رتبه‌بندی می‌شود. (یوسفی ۱۳۹۱) ضریب آلفای کرونباخ ۸۳/۰ و ضریب دو نیمه کردن ۸۲/۰ را برای این مقیاس گزارش کرده است. بخشی پور، اسدی، کیانی، شیر علی پور و احمد دوست (۱۳۹۱). ضریب آلفای کرونباخ را برای کل مقیاس ۰/۸۹ و

<sup>۱</sup> Epstein, Baldwin & Bishop

<sup>۲</sup> McMaster model

برای خرده مقیاس حل مسئله ۰/۷۸، ارتباطات ۸۱، رفتار کنترل، ۰/۷۱ عاطفی درگیری (آمیختگی)، ۰/۶۹ عاطفی واکنش، ۰/۷۵ نقشها، ۰/۷۲ و عملکرد کلی ۷۷/۰ را گزارش کرده‌اند.

۳) پرسشنامه سازگاری نوجوانان (سینها و سینگ AISS<sup>۱</sup>): این پرسشنامه در دانشگاه شانکار توسط سین هاوسینگ در سال ۱۹۹۳ ساخته و هنجاریابی شده است (به نقل از فولادی، ۱۳۸۳). این آزمون با این هدف ساخته شد تا نوجوانان ۱۴ تا ۱۸ ساله را از جهت سازگاری مطلوب و نامطلوب در سه حوزه عاطفی، اجتماعی و آموزشی از یکدیگر تشخیص دهد. این پرسشنامه شامل ۶۰ گویه (در هر حوزه ۲۰ گویه) است و به صورت بلی - خیر پاسخ داده می شود. در نمره گذاری به پاسخ های بلی نمره صفر تعلق می گیرد که بیانگر سازگاری بالاست و به پاسخ های خیر نمره یک داده می شود که بیانگر سازگاری خیلی ضعیف است. برخی گویه ها به طور معکوس نمره گذاری می شوند. روایی و پایایی پرسشنامه سازگاری نوجوانان دبیرستانی سینها و سینگ. پرسشنامه اولیه دارای ۱۰۰ سوال بوده است. سین هاوسینگ (۱۹۹۳)، پس از بررسی های مختلفی که بر روی نمونه های تصادفی مرکب از ۱۹۵۰ نفر از دانش آموزان کلاس های اول تا سوم دبیرستان انجام دادند، ۶۰ سوال را انتخاب نمودند. ضریب پایایی تنصیف برابر ۰/۹۵، بازآزمایی معادل ۰/۹۳ و ۰/۹۴ گزارش شده است (به نقل از فولادی، ۱۳۸۳). در پژوهش حاضر پایایی این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۴ محاسبه شد.

### • روش اجرای پژوهش

پس از تنظیم پرسشنامه ها و انتخاب آزمودنی ها، پرسشنامه های پژوهش در اختیار دانش آموزان قرار گرفت سپس توضیحات لازم از سوی پژوهشگر در مورد نحوه تکمیل پرسشنامه ها به آن ها ارائه شد. از آزمودنی ها خواسته شد اگر در فرآیند تکمیل پرسشنامه با مشکلی مواجه شدند از پژوهشگر درخواست توضیح بیشتری داشته باشند. دانش آموزان انتخاب شده پس از اعلام رضایت جهت شرکت در پژوهش و دریافت تضمین لازم مبنی بر اینکه اطلاعات آن ها محرمانه باقی خواهد ماند، اقدام به تکمیل پرسشنامه ها نمودند. پس از تکمیل پرسشنامه توسط آزمودنی ها، پرسشنامه های پژوهش جمع آوری گردید. در مرحله بعدی، پرسشنامه ها نمره گذاری شدند و داده

<sup>۱</sup> Sinha, E, K, B & Singh

ها جهت تجزیه و تحلیل آماری در نرم افزار SPSS نسخه ۱۹ وارد شدند.

### • روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

برای تجزیه و تحلیل فرضیه‌های پژوهش حاضر، داده‌های جمع‌آوری شده به وسیله نرم افزار آماری SPSS از دو جنبه توصیفی و استنباطی مورد تحلیل قرار می‌گیرد؛ در بُعد توصیفی، شاخص‌های آماری که محاسبه می‌شود، عبارتند از: فراوانی‌ها، درصد‌ها، میانگین‌ها و انحراف معیار‌ها و در بُعد استنباطی از آزمون‌های همبستگی پیرسون و رگرسیون چند گانه استفاده شد.

### نتیجه‌گیری

این پژوهش به منظور پیش‌بینی سازگاری اجتماعی و عاطفی بر اساس عملکرد خانواده و خود کنترلی نوجوانان دختر انجام گرفت. در زیر به تبیین فرضیه‌های پژوهش پرداخته می‌شود:

فرضیه اول: بین عملکرد خانواده با سازگاری اجتماعی و عاطفی نوجوانان رابطه وجود دارد.

نتایج نشان داد بین عملکرد خانواده با سازگاری اجتماعی و عاطفی نوجوانان رابطه مثبت معنی داری وجود دارد. به عبارت دیگر، هر چه عملکرد خانواده نوجوانان افزایش می‌یابد به همان اندازه سازگاری اجتماعی و عاطفی نوجوانان آنان نیز افزایش پیدا می‌کند. نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش‌های بهادری و همکاران (۱۳۹۸)، رضایی، سبحانی و زاهد بابلان (۱۳۹۸)، عباسپور (۱۳۹۸)، آزادی و آزاد (۱۳۹۸)، سوانبرگ (۲۰۲۰)، بلکرو و همکاران (۲۰۲۰) همسو و هماهنگ می‌باشد.

در تبیین این فرضیه می‌توان گفت که خانواده مهم‌ترین نهاد تربیتی جامعه و نخستین پرورشگاه فرد محسوب می‌شود. بیان هر سخنی درباره‌ی تربیت کودک و نوجوان، بدون توجه به نقش حیاتی خانواده ناقص است. عملکرد خانواده به زمینه‌هایی مانند توانایی خانواده در هماهنگی با تغییرات، حل تضادها و تعارضات، همبستگی بین اعضا، موفقیت در اعمال الگوهای انضباطی، رعایت حد و مرز بین افراد و اجرای مقررات و اصول بر این نهاد با هدف حفاظت از نظر عملکرد می‌توان، کل سیستم خانواده بستگی دارد. از نظر عملکرد می‌توان خانواده‌ها را در دو دسته عملکردی و غیر عملکردی تقسیم کرد. خانواده‌های عملکردی، مشکلات خود را به درجات و در زمانبندی‌های متفاوت حل می‌کنند. در واقع، خانواده منظوم‌های باز است که اعضا به طور عاطفی به هم پیوسته‌اند، البته برای گسترش هویت فردی خود نیز تشویق می‌شوند. فضای چنین

خانواده‌هایی مملو از عشق و پذیرش بدون قید و شرط است. در نتیجه، تعارض را تحمل می‌کنند و با میل و رغبت، درخواست کمک یکدیگر را اجابت می‌کنند. خانواده‌ی غیر عملکردی حالت بسته دارد و اعضای از لحاظ عاطفی به حال خود رها شده و جدا از هم هستند. مرزهای بین اعضا سخت و حتی مبهم است. عشق مشروط بوده و اعضای خانواده برای گسترش هویت فردی، تشویق نمی‌شوند. خانواده از قبول مشکل و یا درخواست کمک خودداری نموده و به نظر می‌رسد، مشکلات ادامه می‌یابند و یا به شکل‌های دیگر بروز می‌کنند (پورقاسمی، ۱۳۹۷).

با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، افرادی که عادت به استفاده از راهبردهای سازگارانه‌ای با مضمون فکر کردن به وقایع مثبت (مثبت‌اندیشی) به جای وقایع منفی، تفکر درباره‌ی پی‌ریزی برنامه‌های موثر برای مداخله در حل مشکل، معنای مثبت بخشیدن به واقعه یا تفسیر واقعه به صورت مثبت و همچنین کم‌اهمیت شمردن واقعه و کوچک شمردن آن در مقایسه با وقایع بزرگتر را دارند، نسبت به سایر افراد که از این راهبردها استفاده‌ی کمتری دارند، از عملکرد خانواده بالاتری برخوردار خواهند بود. استفاده از این نوع راهبردهای سازگارانه ممکن است با کاستن از هیجانات منفی و در نتیجه بهبود عملکرد شناختی و هیجانی، موجبات رویارویی فرد برای حل مشکل و بهبود عملکرد خانواده او را فراهم آورد. برخی پژوهشگران، تنظیم هیجان را به عنوان یک واسطه در زمینه‌ی سازگاری با استرس پیشنهاد کرده‌اند. استفاده از برخی راهبردهای سازگارانه‌ی تنظیم هیجان همچون ارزیابی مجدد شناختی در مواجهه با استرس، در بسیاری از مواقع علاوه بر کاستن از هیجانات منفی، می‌تواند باعث افزایش هیجانات مثبت شود (ساعد، پراحسان و اصلانی، ۱۳۹۸).

همچنین اجتماعی شدن جریانی است که در آن هنجارها، مهارتها، انگیزه‌ها طرز تلقی و رفتارهای فرد شکل می‌گیرد تا ایفای نقش کنونی یا آتی او در جامعه مناسب شناخته شود این جریان از همان لحظه تولد فرد آغاز می‌شود و در آن برخی افراد، گروه‌ها و سازمانهای اجتماعی نقش کلیدی دارند اجتماعی شدن یک سیستم دو جانبه ارتباطی میان فرد و جامعه است به همین جهت هم تاثیرات فرهنگی و هم الگوهای رشد فرد باید به طور همزمان مدنظر قرار داده شود. از مهمترین عوامل اجتماعی شدن فرهنگ، خانواده و نهادهای اجتماعی دانست که هر مورد را می‌توان با توجه به پارامترهای مختلفی نظیر نقش جنسی، پرخاشگری، اخلاقیات و انگیزه پیشرفت بررسی کرد تا

پیچیدگی مسائل اجتماعی شدن و چگونگی آن آشکارتر شود آدمی اصولاً موجودی فرهنگی است و شخصیت فرد بوسیله نیروهای قدرتمند فرهنگی و اجتماعی و جریانهای سیاسی زندگی عملی، اقتصادی و شرایط و الزامات پیچیده اعتقادی شکل می گیرد. حتی در ساده ترین عملکردها نظیر چگونگی پاداش و تنبیه در کودکی، آموزشهای اولیه، و گذشت یا مقاومت برابر پرخاشگری و چگونگی طرزواکنش والدین در پاسخ به تبیین افکار نو و خلاق در فرد در شکل گیری شخصیت او اهمیت بسیار دارد ترکیب خانواده و سلسله مراتب در خانواده و نیز الگوهای معینی در فرد ایجاد می کند در برخی خانواده ها جوانان به راحتی جدا می شوند و زندگی مستقل خود را دنبال می کنند و در برخی خانواده ها رفتار اعضا با یکدیگر مهربانانه تراست (تقی زاده، ۱۳۹۸).

همچنین می توان گفت که حس تعلق افراد ابتدا در خانواده شروع می شود و سپس به گروهها و اجتماعات بزرگتر گسترش می یابد، اما در نهایت می بایستی که این حس تعلق تمامی انسانها را در بر بگیرد. در این معنا باورهای فراشناختی می تواند به عنوان وسعت و اندازه ی چرخه ی اجتماعی در نظر گرفته شود که در آن فرد خودش را می شناسد. به طور یقین با استفاده از آن، حس اتصال فرد به یک گروه از مردم و برخورد خیرخواهانه با کسانی که در نوعی منفعت یا هدف مشترک با آنها شریک هستند آسان می شود. گروههایی از قبیل خانواده، کلاس مدرسه، مذهب و غیره، به خصوص زمانی که فرد انتظار دارد که دارای رفتار اجتماعی یا اعضای این گروهها پاداش داده شود.

فرضیه دوم: بین خود کنترلی با سازگاری اجتماعی و عاطفی نوجوانان رابطه وجود دارد. نتایج نشان داد بین خود کنترلی با سازگاری اجتماعی و عاطفی نوجوانان رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد. به عبارت دیگر، هر چه نوجوانان دارای خود کنترلی بیشتری باشند میزان سازگاری اجتماعی و عاطفی در آنان نیز بیشتر است. نتیجه این فرضیه با نتایج پژوهش های بشارت، گلی نژاد و احمدی (۱۳۹۸)، علی اکبریان (۱۳۹۸)، معدنی پور، حق رنجبر، کاکاوند و ثنائی ذاکر (۱۳۹۸)، قادری (۱۳۹۸)، سرکاری (۱۳۹۸)، احدی (۱۳۹۷)، زارع و فرخی (۱۳۹۶) همسو و هماهنگ است.

در تبیین نتایج فرضیه دوم می توان گفت که رفتارهایی که شخص می تواند با دیگران به نحوی ارتباط متقابل برقرار کند که به بروز پاسخ های مثبت و پرهیز از پاسخهای منفی می انجامد. فرایند

های اجتماعی به توانایی فرد در ایجاد رفتار ماهرانه بر اساس قواعد و اهداف مربوطه و در پاسخ به باز خورد مطلوبیت اجتماعی اشاره دارد. انسان موجودی است اجتماعی و ادامه زندگی به صورت انفرادی برای وی تقریباً غیر ممکن است. تربیت اجتماعی مطلوب، روابط انسانی با دیگران و توانایی سازگاری با محیط، مهم ترین عوامل احساس شادکامی هستند (سلیمی، ۱۳۹۸). همچنین نوجوانان با فرآیند جامعه پذیری و کنش های اجتماعی موقت های مناسب خود را به عنوان زن و مرد فرامی گیرند و به تدریج اطلاعاتی درباره نوع شغل متعلق به هر جنس، ظاهر جسمانی، گرایش ها، علایق و ویژگی های روانی بدست می آورند و چگونگی برقراری روابط اجتماعی را می آموزند هویت جنسیتی، احساس ذهنی مردانگی یا زنانگی و مجموعه ای از ویژگی ها، گرایش ها و رفتارهایی است که هویت اجتماعی و شخصیت فرد را می سازد.

خود کنترلی می تواند هسته مرکزی سازگاری اجتماعی تلقی گردد. چرا که اغلب فعالیتهای اجتماعی نظیر فعالیتهای ورزشی، شغلی، روابط بین فردی، تحصیل، برنامه ریزی های شخصی و جمعی و موفقیت مالی نیازمند مقداری خود کنترلی می باشد. خود کنترلی پایین با مفهوم تکانشگری رابطه دارد و نشان دهنده ی ناتوانی فرد در اندیشیدن به پیامدهای رفتارش می باشد. مثلاً فرد علی رغم اینکه می داند به سرطان ریه مبتلا می شود، به سیگار کشیدن خود ادامه می دهد و یا با وجود اینکه می داند به مغز و کبد آسیب جدی وارد می شود به خوردن الکل ادامه می دهد. از این رو، برخی از روان شناسان بالینی، بسیاری از مشکلات فرد را مشکلات تکانه ای، نظیر شتاب زدگی و نسنجیده رفتار کردن می دانند (ابراهیمی قوام، ۱۴۰۰).

خود کنترلی بیانگر این است که فرد در موقعیت خود چقدر انعطاف پذیر و چقدر پایدار است. مطالعات بسیاری خود کنترلی را در مشاغل مختلف مورد بررسی قرار داده اند که نتایج پژوهش های آن ها نشان داده که افراد با خود کنترلی بالا، بیشترین مهارت های اجتماعی را دارند. قدرت تنظیم احساسات موجب افزایش ظرفیت شخص برای تسکین دادن خود، درک کردن اضطراب ها، افسردگی ها یا بی حوصلگی های متداول می شود. افرادی که به لحاظ خود کنترلی ضعیف اند، دائماً با احساس ناامیدی، افسردگی، بی علاقگی به فعالیت دست به گریبان اند، درحالی که افراد با مهارت زیاد در این زمینه با سرعت بیشتری می توانند ناملایمات را پشت سر گذاشته و میزان مشخصی از احساسات را با تفکر همراه نمودن مسیر درست برای چگونگی ابراز

احساساتمان داریم و چیزی که مورد تأکید است، روش ابراز احساسات است به طوری که جریان تفکر را تسهیل کند.

فرضیه سوم: عملکرد خانواده و خود کنترلی توان پیش بینی سازگاری اجتماعی و عاطفی در دانش آموزان را دارند.

نتایج نشان داد، رگرسیون پیش بینی با سازگاری اجتماعی و عاطفی در نوجوانان از روی متغیرهای عملکرد خانواده و خود کنترلی معنی دار می باشد. متغیر عملکرد خانواده با ضریب بتای ۰/۳۴ و متغیر خود کنترلی با ضریب بتای ۰/۳۱ می توانند به طور مثبت و معنی داری سازگاری اجتماعی و عاطفی نوجوانان را پیش بینی کنند.

در تبیین این فرضیه می توان گفت که سازگاری اجتماعی و عاطفی در برگیرنده ی ارزیابی های ذهنی و عینی است. بدین معنی که ارزیابی های ذهنی از میزان رضایت فرد از ارتباط با دوستانش ناشی می شود و ارزیابی های عینی به معنی پذیرش فرد توسط همسالان وی می باشد. به عبارت ساده تر برای مشخص کردن این نوع سازگاری، باید هم به خود فرد و هم به گروه دوستان و محیط وی توجه نمود تا درک بهتری از سازگاری اجتماعی و عاطفی او به دست آید. افرادی که سازگارند دارای ویژگی های گوناگونی میباشند، از جمله واقع بین هستند، برای خودشان ارزش و احترام قائلند و به عبارتی دارای عزت نفس هستند، توانایی کنترل رفتار خود را دارند و این احساس انگیزه افراد در برقراری روابط محبت آمیز با دیگران است. احساس امنیت و عزت نفس از مهم ترین نشانه های افراد سازگار می باشد. افراد سازگار معمولاً به نوعی با شرایط موجود وفق می یابند و شادی و نشاط بیشتری نسبت به سایر افراد دارند زیرا انعطاف پذیری آنها برای انطباق بالاست و زندگی شاد تری دارند (سخاوت، ۱۳۹۸).

گاتفردسون و هرشی به فرایند اجتماعی شدن در سال های اولیه زندگی اهمیت زیادی می دهد و آن را در همنوایی اجتماعی عامل بسیار مهمی می داند و معتقد است میزان خود کنترلی فرد در سال های نوجوانی کودکی و جوانی ریشه در کنترل اجتماعی دوران دارد و این مقدار ثابت و غیر قابل تغییر می باشد.

بنابراین انسانها به درجات مختلف می توانند واجد سازگاری باشند و یا به آن دست یابند، در این معنا میتوان به یک طیف گسترده ای از ناسازگاری اشاره نمود که در آن میان، درجات مختلفی

قابل احصاء است. بدین لحاظ، گاه سازگاری تحت تاثیر عواملی چند دچار اشکال و اختلال گردیده و به ناسازگاری مبدل می شود. در واقع عوامل تنش زا مانع از پاسخگویی صحیح به برانگیختگی ها شده باعث پیدایش علائم عاطفی، رفتاری یا جسمانی می گردند. این عوامل می تواند مشکلات خانوادگی، شغلی و جز آن باشد که منجر به آسیب های قابل ملاحظه در کارکردهای اجتماعی، عاطفی، شغلی، خانوادگی، جسمانی و جز آن می گردند، بنابراین زمانی که عامل یا عوامل تنش زا برداشته شوند مشکل ناسازگاری نیز مرتفع می گردد.

### • پیشنهادهای پژوهشی

- ۱- با توجه با اینکه پژوهش حاضر با هدف بررسی پیش بینی سازگاری اجتماعی و عاطفی بر اساس عملکرد خانواده و خود کنترلی نوجوانان دختر انجام گرفت، پیشنهاد می شود در پژوهش های آتی به رابطه علت و معلولی این متغیرها در قالب طرح های آزمایشی توجه شود.
- ۲- پیشنهاد می شود که مشابه چنین پژوهش هایی بر جامعه های دیگر نیز اجرا شود، زیرا افزایش دامنه چنین تحقیقاتی می تواند در پیشگیری از بسیاری از مشکلات و آسیب های روحی و روانی و اجتماعی جلوگیری نماید.
- ۳- پیشنهاد می شود در تحقیقات مشابهی که انجام می شود از پرسش نامه هایی با سئوالات کمتر استفاده شود تا پاسخ دهندگان با حوصله بیشتری بتوانند پاسخ دهند.
- ۴- پیشنهاد می شود پژوهش در سطح کلی تر و با توجه به شرایط فرهنگی و اجتماعی، اقتصادی افراد و گروه های مختلف جامعه انجام پذیرد.
- ۵- پیشنهاد می شود پژوهشی در همین زمینه بر روی دانشجویان انجام شود، و نتایج آن با نتایج این پژوهش مورد بررسی و سنجش قرار گیرد.

### پیشنهادهای کاربردی

- ۱- یافته های پژوهش حاضر می تواند برای برنامه های مداخله و آموزش نوجوانان در افزایش سازگاری اجتماعی به کار برده شود. لذا افرادی که در مدارس به کار مشاوره مشغولند باید عملکرد خانواده را مورد نظر داشته باشند.
- ۲- با توجه به نتایج این پژوهش، پیشنهاد می شود عملکرد خانواده و خود کنترلی را در مدارس آموزش داد تا با آگاهی از این متغیر بتوانند در برابر مشکلات، تحمل و ایستادگی کنند.

## منابع و مآخذ

- اشتوتزل، ژان، (۲۰۰۶) روانشناس اجتماعی، ترجمه محمد علی کاردان، انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۹۹، چاپ سوم.
- ارونسون، الیوت. (۱۹۹۹). روانشناسی اجتماعی. ترجمه شکر کن، حسین (۱۳۹۸). تهران: رشد.
- آقاییار، سیروس؛ شریفی درآمدی، پرویز. (۱۳۹۷). کاربرد هوش در قلمرو هیجان، اصفهان: انتشارات سپاهان، چاپ اول
- بساک نژاد؛ مریم اصفهانی اصل؛ نسرین محمودی قلعه نوی (۱۳۹۹) به بررسی رابطه عملکرد خانواده، سبک های مقابله ای با سلامت روان در دانشجویان دختر، فصلنامه زن و فرهنگ، دوره ۴، شماره ۱۱، صفحه ۷۵-۸۸
- بیگی؛ خسرو. فیروز بخت؛ مهرداد. (۱۳۹۸). مهارت های اجتماعی در ارتباطات میان فردی. تهران: انتشارات رشد.
- آزادی، سارا؛ آزاد، حسین. (۱۳۹۸). بررسی رابطه حمایت اجتماعی، تاب آوری و سلامت روانی دانشجویان شاهد و ایثارگر دانشگاه های شهر ایلام. پایان نامه رشته روان شناسی عمومی.
- اصغری هنجنی، شهرزاد. (۱۳۹۸). مقایسه میزان اختلالات رفتاری کودکان در خانواده های ناسازگار، طلاق و عادی منطقه ۴ شهر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، کتابخانه دیجیتال دانشگاه علامه طباطبایی (ره)
- بهادری، محمد حسین، جهن بخش، مرضیه، کجباف، محمد باقر. (۱۳۹۸). اثربخشی درمان فراشناختی بر باورهای فراشناختی و اعتماد شناختی در بیماران مبتلا به اختلال هراس اجتماعی، مجله روان شناسی بالینی - سال چهارم، شماره ۱، ص ۱۱-۲۴.
- ابطحی، سید حسین؛ خیر اندیش، مهدی. (۱۳۹۸). ارائه الگوی خود کنترلی در سازمان با نگرش اسلامی، تدبیر. شماره ۲۱۳، ص ۲۷.
- ابراهیمی قوام، صغری. (۱۴۰۰). بررسی اثر بخشی آموزش خود کنترلی بر کاهش سهل انگاری نوجوانان دختر پایه دوم متوسط شهر تهران.

- شهابی، روح اله. (۱۳۹۶) مقایسه نگرش دینی و خودکنترلی در دانشجویان پسر مستعد و غیر مستعد سوء مصرف مواد، پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی تربیتی.
- صفری، نسرين. (۱۳۹۸). مقایسه اثر بخشی شیوه کنترل تکانه و آموزش خودکنترلی بر کاهش تکانش روی نوجوانان دختر شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی دانشگاه علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه علامه طباطبائی.
- گلدنبرگ، او گلدنبرگ. (۱۹۹۹). خانواده درمانی، ترجمه حمیدرضا حسین شاهی، براواتی و همکاران (۱۳۹۵). تهران: نشر روان.
- بهرامی، پروین. (۱۳۹۹). مقایسه انگیزه درونی و سازگاری فردی و اجتماعی دانش آموزان مدارس شبانه روزی و غیر شبانه روزی، پایان نامه کارشناسی ارشد، روانشناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهرا.
- تقی زاده. (۱۳۹۸). رابطه بین پذیرش اجتماعی و خودکارآمدی تحصیلی با قلدری در دانش آموزان مقطع راهنمایی شهر گناباد، پایان نامه کارشناسی ارشد، کتابخانه دیجیتالی دانشگاه علامه طباطبائی (ره)
- حجتی، حمید، شریف نیا، سید حمید، فغانی، مریم، حجتی، هانیه، سلماسی، الگار. (۱۳۹۹). بررسی ارتباط بین پذیرش اجتماعی و ارتباط آن با کیفیت زندگی معنادار، فصلنامه علوم بهداشتی جندی شاپور، سال چهارم، شماره ۳، ص ۴۳-۵۶
- جوادی، مرضیه؛ کیوان آرا، محمود؛ حسن زاده، اکبر؛ عبادی، زهرا. (۱۳۹۹). رابطه بین آگاهی فراشناختی از راهبردهای مطالعه و وضعیت تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، سال دهم، شماره سوم: ۲۴-۲۵۵
- رسولی، فاطمه. (۱۳۹۹). اثر بخشی آموزش کنترل خشم بر افزایش تاب آوری در نوجوانان در معرض خطر اعتیاد، فصلنامه اعتیاد پژوهی سوء مصرف مواد، سال چهارم، شماره شانزدهم، صص ۷-۲۴
- حامدی، مسعود (۱۳۹۸). بررسی پیش بینی کننده ی حالت فراشناختی و خودکارآمدی در تبیین اضطراب امتحان. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، روانشناسی عمومی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران.

- روشه، کی. (۱۹۸۴). کنش اجتماعی. ترجمه ی زنجانی زاده، هما. (۱۳۹۵). مشهد: انتشارات دانشگاه فردوسی.
- سخاوت، جعفر، (۱۳۹۸)، جامعه شناسی انحرافات اجتماعی، تهران، دانشگاه پیام نور.
- سیف، علی اکبر، (۱۳۹۵)، روان شناسی پرورشی، تهران، انتشارات آگاه
- شعاری نژاد، علی اکبر، (۱۳۹۴)، روان شناسی رشد، تهران، انتشارات پیام نور
- ساعتچی، محمود (۱۳۹۸). راهنمای آزمونهای روانشناختی. تهران: انتشارات ارسباران.
- ساعد، امید؛ پراحسان، سمیه؛ اصلانی، جلیل؛ زرگر، محمد. (۱۳۹۸). نقش سرکوب فکر، عوامل فراشناختی و هیجانات منفی در پیش بینی اختلال وابستگی به مواد. فصلنامه اعتیاد پژوهی سوء مصرف مواد، سال پنجم، شماره هیجدهم، ص ۳۱-۴۲.
- سلیمی، لیلا. (۱۳۹۸). بررسی رابطه بین دوستیهای دوجانبه، پذیرش اجتماعی، خودپنداره و سازگاری اجتماعی و عاطفی با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر سال سوم متوسطه شهر کرمانشاه، اولین کنفرانس سراسری توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی، بصورت الکترونیکی، مرکز راهکارهای دستیابی به توسعه پایدار.
- سامانی، سیامک و جوکار، بهرام و صحراگرد، نرگس (۱۳۹۶) تاب آوری، سلامت روان و رضایتمندی از زندگی (مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، سال سیزدهم، شماره ۳، ۲۹۵-۲۹۰.
- سلیمان فر، امید، شعبانی، فرزانه. (۱۳۹۲). بررسی رابطه بین تاب آوری با انگیزه پیشرفت و سازگاری تحصیلی دانشجویان کارشناسی سال اول دانشگاه شهید چمران اهواز، مجله مطالعات علوم تربیتی، دوره ۱۰، شماره ۱۷، بهار ۱۳۹۲، صفحه ۸۳-۱۰۴
- سیف، علی اکبر (۱۳۹۵). روانشناسی تربیتی، چاپ ششم، تهران، انتشارات سمت.
- شعاری نژاد، علی. (۱۳۹۴). روانشناسی اجتماعی و کاربرد آن در آموزش، چاپ پنجم، مشهد، انتشارات
- شافر، لارنس فردریک. (۱۹۹۹). روانشناسی سازگاری. ترجمه ی مقدس، علی. (۱۳۹۸). اصفهان: مشعل.

- شهبازی راد، افسانه؛ مؤمنی، خدامراد. (۱۳۹۸). رابطه معنویت، تاب آوری و راهبردهای مقابله ای با کیفیت زندگی دانشجویان دانشگاه رازی کرمانشاه، علوم رفتاری. شماره ۲، دوره ۶، ص ۹۷-۱۰۳.
- شاه محمدی، حسین؛ شیوا جمالی و شهرام یاقوتی. (۱۳۹۹). بررسی رابطه بین پذیرش اجتماعی با بهداشت روانی دانش آموزان دبیرستانهای شهر تبریز، اولین همایش کشوری دانشجویی عوامل اجتماعی موثر بر سلامت، تهران، دانشگاه علوم پزشکی ایران.
- صالح صدق پور، بهرام، اسدی، مسعود، میری، میر نادری. (۱۳۹۹). رابطه نیازهای بنیادین و حمایت اجتماعی در سازگاری آموزشی، اجتماعی و عاطفی دانش آموزان، مجله روانشناسی، سال چهاردهم، شماره ۴.
- صفری، یحیی. (۱۳۹۸). ارزیابی برنامه درسی علوم راهنمایی از منظر آموزش فراشناختی و ارائه چارچوب مطلوب. رساله دکتری، دانشگاه شیراز دانشکده روانشناسی
- فرگاس؛ جوزف پی. (۲۰۰۳). روانشناسی تعامل اجتماعی (رفتار میان فردی). مترجمان: بیگی؛ خشایار. فیروبخت؛ مهرداد. (۱۳۹۷) تهران: انتشارات ابجد.
- فخری، زهرا. (۱۳۹۵). بررسی نظام ارزشی باورهای خودکارآمدی و سازگاری دانش آموزان دبیرستان. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه شهید بهشتی.
- فرقدانی، آزاد. (۱۳۹۷). بررسی رابطه ی بین عملکرد خانواده و سازگاری اجتماعی و عاطفی و دانشجویان دختر دوره ی کارشناسی دانشگاه علامه طباطبائی، پایان نامه ی کارشناسی ارشد.
- فتحی، ایت اله، رضاپور، یوسف، یاقوتی، شهرام. (۱۳۹۹). رابطه بین نیازهای بنیادین و حمایت اجتماعی با سازگاری اجتماعی در دانش آموزان دختر و پسر، فصلنامه مطالعات امنیت اجتماعی، سال اول، شماره ۱۲
- قاضی؛ سمیه. (۱۳۹۸). تاثیر استفاده از اینترنت بر سازگاری اجتماعی و عاطفی و مهارت های ارتباطی دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه شهر سمنان. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی. دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی.
- عضرائلو، حمید، (۱۳۹۷)، آشنایی با مفاهیم اساسی جامعه شناسی، تهران، نشرنی

- سیف، علی اکبر، (۱۳۹۸)، روان شناسی اجتماعی، تهران، نشر ویرایش
- مومنی، سویل (۱۳۹۸) بررسی اثر بخشی آموزش مهارت های زندگی بر کفایت اجتماعی دانش آموزان مبتلا به اختلال ریاضی، فصلنامه نتوانایی های یادگیری، دوره ۱، شماره ۱، صفحه ۹۴-۱۰۸
- کاردان، فاطمه (۱۳۹۹). بررسی رابطه الگوی های آموزش مهارت های اجتماعی و انگیزه پیشرفت دانش آموزان دختر مقطع متوسطه، فصلنامه علمی\_پژوهشی یافته های نو در روانشناسی، سال اول، شماره ۲، ص ۱۷-۳۰.
- کاوه، منیژه. (۱۳۹۸). تدوین برنامه افزایش تاب آوری در برابر استرس و تأثیر آموزش آن بر مؤلفه های کیفیت زندگی والدین دارای کودک کم توان ذهنی خفیف. پایان نامه دکتری، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی
- کرمی، جهانگیر. (۱۳۹۸). بررسی رابطه بین باورهای فراشناختی و پذیرش اجتماعی با آمادگی برای اعتیاد در دانشجویان، مجله دست آوردهای روانشناختی (علوم تربیتی و روانشناسی) دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره ی چهارم، شماره ۲، صص ۱-۱۴
- مرادیان، کیانوش. (۱۳۹۹). بررسی رابطه ی جنبه های مختلف سازگاری و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دبیرستان های استان لرستان. پایان نامه ی کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبائی.
- میکائیلی منیع، فرزانه، فتحی، گونا، شهودی، مریم، زندی، خلیل. (۱۳۹۵). تحلیل روابط بین امید، تاب آوری، انگیزش و تنشگرها با سازگاری تحصیلی در میان دانشجویان کارشناسی دانشگاه ارومیه، فصلنامه اندیشه های نوین تربیتی، سال یازدهم، شماره ۱ (پیاپی ۴۱)
- Arce, E, Simmons, A.W, Stein M.B, Winkielman, P, Hitchcock C, Paulus, M.P.(۲۰۱۸). Association between individual differences in self – reported emotional resilience and the affective perception of neutral faces. J Affect Disord. ۱۱۴(۱-۳): ۲۸۶-۲۹۳.

- Atwool, J. (۲۰۲۰). Personality as an affect- processing system. Mahwah, NJ: Erlbaum , ۱۱۳, ۱۲۵-۱۴۳.
- Belcher, M. Harolyn, M. E, Shinitzky, E. (۲۰۱۸). Substance abuse in children: Prediction, protection, and prevention. Archive of Pediatrics and Adolescent Medicine, vol. ۱۵۲, pg. ۹۵۲-۹۶۰. Retrived from internet: <http://archpedi.ama-assn>
- Connor, K.M. Davidson, J.R.T. Lce, L.L.(۲۰۰۳). Spirituality , resilience, and anger in survivors of violent trauma; A community survey. Journal of Traumatic Stress, ۱۶(۵), ۴۸۷-۴۹۴.
- Frank, J. (۲۰۲۰), Christine Arlett, Renee Groves. Stress, coping, and behavioural problems amonge rural and urban adolescents. Journal of Adolescence, oct; ۲۶(۵): ۵۷۴-۵۸۵. Cite uses deprecated parameters (help)
- Garmezy, N.(۲۰۰۶). Stress-resistant children: the search for protective factors. In J.I, Stevenson (Ed), Recent research in developmental psychopathology. Journal of Child Psychology , Psychiatry Book Supplement No, ۴۲۱۳-۱۳۳.
- Helstela, L, Sourander A.(۲۰۱۸). Self- reported Competence and emotional and behavioral Problems in finish adolescents. Nord J Psychiatry; ۵۵(۵): ۳۳۷-۴۱.
- Slobodskaya, H. R., Safronova, M. V. Knyazev, G. G, Wilson, D. (۲۰۱۸). Development of a short Form of the Gray-Wilson personality questionnaire. Research Institute of Physiology, Russia and Institute of Psychiatry University of London
- Schouwenberg, H.C. Lay, C. L. (۲۰۲۰). Trait procrastination and the big-five factors of personality. Personality and Individual Differences, ۱۸(۴), ۴۸۱-۴۹۰.
- Reeve, J. (۲۰۰۹). Understanding motivation and emotion. New

York: Wiley;

- Tugade, M. Fredrichson, B.L.(۲۰۰۷). Regulation of positive emotions: Emotion Regulation Strategies That promote resilience. Journal of Happiness Students. ۶. ۳۱۱-۳۳۳
- Masten, A. S.(۲۰۰۱). Ordinary magic: Resilience processes in development. American Psychologist. ۵۶, ۲۲۷-۲۳۸.
- Masten, A. Powell, J.(۲۰۰۸). A resiliency framework for research, policy and practice. In:
- Mak W.S. Ng I.S.W. Wong C.C.(۲۰۱۷). Resilience: Enhancing well-being through the positive cognitive triad. JCouns Psychol.; ۵۸(۴): ۶۱۰-۷.
- Nitoo, J. (۲۰۱۰). Children of divorce: the psychological tasks of the child. American Journal of orthopsychiatry. ۵۳, (۲), ۲۳۰-۲۴۳.